

アメリカとのホストタウン事業

(令和2年1月25日、26日)

ホストタウン事業の一環として、令和2年1月26日（日曜日）、アメリカのナショナルコーチの Darryl Woodson（ダリル・ウッドソン）コーチとトップアスリートである Bryce Robinson（ブライス・ロビンソン）選手を招いて陸上クリニックを開催しました。Darryl コーチは第1回、第2回に引き続き、3回目の陸上クリニックとなります。

また、前日の25日（土曜日）には、高校の陸上部員を指導したり、成田山表参道や新勝寺を散策するなど、高校生との交流や日本の文化を体験していただいたほか、Darryl コーチが2020年東京オリンピックにおけるアメリカチームのアシスタントコーチ就任が決定したこともあり、折角の機会であることから、指導者向け講習会を開催しました。

市内高校陸上部との交流（25日）

中台運動公園陸上競技場において、成田北高校、成田国際高校、成田西陵高校、下総高校の陸上競技部員を指導しました。

高校生たちは、コーチの課した練習メニューに苦悶の表情をすることもありましたが、Bryce 選手のデモンストレーションを参考に次々とドリルをこなし、充実した表情をしていました。

また、コーチたちも高校生たちへの指導を楽しんでおり、今回も予定の時間を過ぎるほど熱心に指導していました。













成田山表参道散策・新勝寺お参り（25日）

日本の文化を体験していただく目的で、日本遺産にも認定されている成田山表参道で昼食をとり、その後新勝寺をお参りしました。





指導者向け講習会 (25日)

成田国際高校の文化施設（ホール）において、指導者向け講習会を開催しました。順天堂大学陸上競技部ヘッドコーチである青木教授もサポート役として参加してくださいました。

参加者は、学校の先生やスポーツクラブの指導者、近隣の高校の陸上部員など、約50名が参加し、熱心に話を聞いていました。

座学だけではなく、体幹を鍛えるトレーニングなどで実際に身体を動かしたりするなど、非常に内容の濃い2時間でした。講師の2人への質問の時間では、トレーニング方法や大会に向けた練習スケジュール、レースへの臨み方など、具体的な質問が多く投げかけられ、講習会後の受講者同士の会話の中では「あの練習メニューは自分たちもやっているのと同じだ、トップアスリートも同じなんだな」「このトレーニングは次から取り入れよう」など、トップアスリートを輩出するコーチの考えや指導方法と、自分たちとの違いを確認する様子などが伺えました。









陸上クリニック：小学生の部（26日）

26日の午前中は、小学生を対象とした陸上クリニックを開催しました。今回の陸上クリニックも、順天堂大学の陸上競技部に運営協力いただきました。

市内の小学校を通じて募集を行い、定員120名のところ、160名を超える応募がありましたが、オリンピック・パラリンピック開催当年ということで、さらなる機運醸成のため、全員参加できるようにしました。

当日は生憎の雨で、参加した児童は、雨天走路において、陸上の基本動作を学ぶという内容のドリルを行いました。

クリニックの後半では雨も上がり、トラックを利用することができたので、ミニハードルなどを使ったトレーニングを数種類行い、最後に、幾つかのチームに分けてタッチリレーを行いました。DarrylコーチとBryce選手も一緒に走り、会場は大いに盛り上がりました。

閉講式では、質疑応答の時間を設けましたが、非常に多くの質問があり、その後、参加者を代表して児童からお礼の言葉を伝え、最後はみんなで記念写真を撮りました。



















陸上クリニック：中学生の部（26日）

26日の午後は、中学校の陸上部の生徒を対象とした陸上クリニックを開催しました。

今回も市内の中学校だけではなく、本市と同じくアメリカを交流の対象国とするホストタウンである佐倉市・印西市、そして大船渡市、それぞれの中学校からも参加があり、約120名の生徒がコーチたちの指導を受けました。

午前中の小学生の部は初心者、経験者関係なく、陸上を楽しんでもらうために誰でも参加可としていましたが、午後の中学生の部は、陸上大国であるアメリカのナショナルコーチとトップアスリートから教わるという貴重な機会であることから、陸上競技部に所属する生徒を対象とし、小学生の部よりも専門的なドリルを行いました。

トレーニングの最後には、毎回恒例のクリニックの総仕上げとして、ミックスリレーを行いました。普段とは違う環境やメンバーとのリレーは大いに盛り上がり、特にアンカーでBryce選手がバトンを受け取ると、全員の目はその走りに釘付けとなりました。

閉講式では、質疑応答の時間を設けましたが、やはり小学生よりもより競技力向上に繋げようという意思が見て取れる質問が多くありました。その後、参加した生徒を代表して公津の杜中学校の生徒が感謝の言葉を伝え、最後に記念撮影をしました。

記念撮影終了後もたくさんの生徒に囲まれ、疲れをみせずに笑顔で写真撮影やサインの求めに応じるなど、最後まで交流を楽しんでいました。















